QVAESTIO MEDICA,

CARDINALITIIS DISPVTATIONIBVS MANE DISCVTIENDA IN SCHOLIS MEDICORVM DIE IOVIS XII. MARTII, M. CLAVDIO CHARLES DOCTORE MEDICO ET PROFESSORE REGIO MODERATORE.

Estne paruæ pilæ Gymnastica omnium saluberrima?



VITA hominis arte gemina salubriter conseruatur, fœliciter prorogatur, cibi & potionis æqua lance, corporis impigro labore: vtriusque ope firma sanitas, nec lubrica; firmæ addit Medicus similia vt tueatur, lubricæ & læsæ contraria vt medeatur: vitæ propagatio Dęmonis est vt hominis, Generatio hominis est, non Dæmonis. Αχορίη τροφῆς partium internarum εὐκρασίας omnium causam functionum sartam tectam constanter tenet: calori natiuo ab elementari non distincto incrementum officiosè præbet, fluxam ac labilem humidi primigenij substantiam firmiter cohibet; nec minùs eius iacturæ resarciendæ liberaliter fauet. Αοκνίη πόνων partes solidas omnes carnosis longè calidiores, vt & articulos solidè firmat, carnis molem latè amplificat cutem iustum temperamento rū κρίσιμον ac publicum corporis emissarium sordibus expeditè purgat, excrementis tertiæ coctionis viam εὔπορον καὶ εὔροον vtiliter parat. Ergo tempestiuæ ac moderatę gymnasticæ diligenter stude; nihil salubrius: ἄμετρον καὶ ἄκαιρον odiosè fuge, nihil deterius. Intempestiua chylū ipsū prauè afficit, bono vētriculus verè se reficit, mali superflui cutem sordidè inficit, pruritu, scabie, lepra ab Elephantiasi ἀνάτῃ specie distincta. Eâdē omnis generis lassitudines inuehūtur; sanguis in venis solus purus putusq; alioquin nutritioni ineptus accenditur, corrūpitur; duplex hinc febris assidua; diuisus sæpiùs in bilē abit, ex qua incādescente synochus simplex; putrescēte, putrida; adauctâ putredine καύσοι morbi omniū acutissimi suboriūtur.



GYMNASTICA legitima verèque Medica tribus nitatur oportet, præparatione, occasione & mensura: prima aluum ac vesicam suis expedit molestis excrementis, frictionemq; tam mollem quàm duram adiungit. Secunda laborem immediatè antè χύλωσιν vel post αἱμάτωσιν suscipiendū pręcipit. Tertiæ limites hi sunt, defatigatio, sudor, dolor, viuidi floridique coloris immutatio: Tunc τὸ ἀγαναπάυειν εὐθὺς ἄκοπον. Æstuanti à labore ventriculo licèt sitis & famis subiecto, caue frigidam ne propines, Asthma si metuis, colicum dolorē sanguinis missione à quacunq; causa egentem, peripneumoniam, pleuritidem. Huic etiam incipienti fotu succurrito, & si lubet saphænam καὶ ἰξύν pertundito. Inferæ καθαρσιν venenum prædicito. Ergone statim quiescendum? minimè verò, sed locus moderatæ deambulationi aptus, nec propterea externo aëri vel ventis frigidis expositus eligatur. τῷ γυμνασίῳ succedat ἀποθεραπεία vomitu, frictione mediocri, partium tensione ac spiritus cohibitione circumscripta.



GYMNASTA prudens pro varia ac multiplici habitus, temperamenti, ætatis ac tempestatis conditione, variam ac multiplicē corporis exercēdi rationē statuat, obæsis & corpulentis multam ac celerem imperet gymnasticam, frigidis naturis ac humidis vehementiorem, gracilibus remissiorem, siccis mediocrem, calidis lentam & exiguam. Infantes ipsi suis in cunis, lecto mobili & nutricum vlnis necnon vociferatione ac fletu exerceantur: Iuuenibus maior quies quàm senibus imperetur; labor virilis ætatis comes assiduus censeatur. Vere multa exercitatio horis præsertim matutinis mirificos profert sanitatis fructus, hyeme vehementissima, æstate modica, autumno crebra & moderata. An non ipsius sexus spectanda conditio accuratè quidem. Mulieribus siquidem frequentior competit exercitatio quàm viris. Imprimis tamen ac in omnibus ipsa consuetudo spectetur, quam si sequaris ducem à recto tuendæ valetudinis bonique habitus comparandi tramite nunquam aberrabis, cuius est vis tanta, vt debiles, consuetos labores licèt graues ex facili ferant, perferant senes, non consueti licèt leues robustis ac iuuenibus sint molesti ac sæpè intolerabiles.



INTER exercitationes illi potissimùm assuescamus quæ vniuersum corpus æquabili motu ciet & agitat, necnon animi tranquillitatem coniunctā habet: hanc vnicam ὑγιεινοτάτην statuimus. Alias quidē nouimus singularum partium peculiares & proprias, sed dāni maioris quàm vtilitatis procreatrices. Cursus crura licèt exerceant, toti non leuiter incommodant, cor ipsum celeriter ac vehementer incandescens flāmatos spiritus sua systole in arterias dilatatas transfundit, flagrat sanguis vbiq; hinc variæ febres essentiales (cùm nullæ nobis videantur symptomaticæ) cerebrum calidum & humidū causis oppletum morbificis suos patitur manes, phrenitidem, cephalalgiam quin & apoplexiam vno nulloque specu obstructo sępè subortam. Viscera equitationem reclamant, frequentiorem renes ac spermatica vasa materiâ nec à cerebro nec à toto turgentia reformidant, metu Scythicæ sterilitatis. Ecquis vociferatione pulmonum commodis ad corporis perniciem consulendum putet? Crura doloris sedationem palæstræ certamini referunt acceptam, idē pituitosis ac obęsis corporibus habitum athleticum omnium periculosissimum, atque adeò ad lypothymiam vsque soluendum conciliat. Denique ipsarum nulla est quę omni ætati vel temperamento conuenire, quæq; eam in motibus æquabilitatem obtinere videatur, vnde εὐεξία (quæ stabilis est nec lubrica) consequatur.



ENIMVERO sola paruæ pilæ exercitatio omnes corporis nostri partes ἐξ ἴσου κινεῖ. Caput & ceruicem colli obuersionibus, latera, thoracem & ventrem faciei elationibus, depressionibus, expulsionibus & contorsione multiplici, lumbos & crura cursu, brachia & manus βολαῖς καὶ λαβαῖς exercet. Hęc omnium celerrima & tardissima, vehementissima ac mitissima mediocritatem quandā obtinet & animi voluptatem parit partium ἐναρμοστίαν καὶ ἀρτιοσαρκίαν firmæ diuturnæq; valetudinis vindicem conciliat. Quapropter omni tempestate tuta, puerorum ætati congrua, adolescentum & iuuenum propria, viris familiaris, senibus vsui esse debet. Nec te temperamenti aut sexus ratio ab eius consuetudine deterreat. Quin ipsis corporibus defessis ac otio indigētibus vtilissima, atque ex morbo conualescentibus aptissima censeatur. Deniq; morborum causas anteuertit omnes, & febribus intermittentibus periodorum circuitum (quem ab astris frustrà vt & morbos causasque morbificas repetes) fœlicissimè præscindit.

Ergo paruæ pilæ Gymnastica omnium saluberrima. 129



Proponebat Lutetiæ CLAVDIVS SEGVYN Parisinus. Anno R. S. H. M. DC. XXVI.